

胰島素注射

一、什麼是胰島素？

胰島素是從胰臟分泌的一種荷爾蒙，能協助醣類的代謝，降低血糖。臨床使用的胰島素可分為速效、短效、中效、中長效、長效和預混型，請依醫師指示用藥，勿自行增減劑量。

二、注射胰島素應注意？

1. 注意瓶身上有效期限。
2. 注射短效胰島素後 15-30 分鐘內一定要進餐(若注射速效胰島素 5 分鐘內要進餐)，以防低血糖發生。
3. 注射器中有氣泡時，需將其完全排出，且必須每日輪換注射部位。
4. 注射後不需按摩或搓揉注射部位，若注射部位出血，請局部加壓 2 分鐘止血。

三、胰島素的保存

1. 開封後放置室溫 $<30^{\circ}\text{C}$ ，使用期限 28 天。
2. 避免置放於陽光直射及溫度過高或過低的場所。
3. 未開封的胰島素，置放在冰箱冷藏室 ($2\sim 8^{\circ}\text{C}$)，不可置放於冷凍。

四、副作用

1. 低血糖：血糖值 $<70\text{mg/dl}$ ，低血糖的症狀包括：盜汗、顫抖、注意力不集中及頭暈，通常攝取含糖食物後會快速改善。
2. 嚴重低血糖徵象包括：意識不清、昏睡、昏迷而無法自己治療，必須倚靠他人幫忙治療。
3. 導致低血糖的原因：
 - (1)胰島素：經常改變劑量、注射時間不規律、食量減少時未減少、胰島素劑量、胰島素劑量不正確。
 - (2)飲食：忽略正餐/點心、延誤正餐/點心、飲食時間不規律、醣類分量不固定、沒有預備醣類食物。
 - (3)運動：沒有補充醣類食物、每日/週活動量大幅度變化、未察覺熱量需求有明顯的增加